

『心が大切』

愛媛県

宮窪剣道会

小学6年生

神野晴生

ぼくは、小学校一年生の秋、宮窪剣道会に入った。小学生の頃、同じようにこの道場に入っていたぼくの父からすすめられたのがきっかけだ。

宮窪剣道会は、毎朝六時半から、年中無休でけい古をするのが伝統だ。学校へ行く日も休みの日も、毎日早起きできるのはいい事だし、剣道をしていたら、礼儀正しく、精神的にも強くなれると母も賛成したため、入ることを決めた。

素ぶりを半年くらいがんばって続け、二年生の終わりくらいから試合に出してもらえるようになった。初めての試合はあっさり二本負けし、くやし泣きした事を今でも覚えている。試合の回数が増えてくると、引き分けたり、一本とれるようになってきたが、それと同時に負けることがこわくなってくるようになった。

「お前は、気持ち弱い。」

先生や両親からよく言われる言葉だ。自分でもそう思う。

試合になるととても緊張するし、自分より背の高い相手や、強いと評判のある相手になると、「負けるかも」という気持ちが先に出てくる。負けたくない気持ちはあるんだけど負けそうな気持ちになって、攻げきできなくなってしまう。

結局、負けたり引き分けたりして、チームにめいわくをかけることが多かった。

練習をがんばったってどうせ負ける。もう剣道をやめたいと思いはじめた。

そんな時、先生に言われた。

「お前は強い。絶対勝てる。あとは気持ちだ。もっと声を出せ！」

ある試合でチームが負けそうになったことがあった。僕は副将だけど、1-2で負けた状態で僕の番になった。「僕が負けたらチームが負ける」というのがわかった。どうしても勝たなかった。

先生に言われたとおり、思いきり声を出した。絶対に勝つんだと思ったら、自然と体が動いた。

二本勝ちした。大将が引き分けたけど、本数で勝った。自分の勝ちがチームの勝利につながったことがすごくうれしかった。この勝ちが自信になって、それから試合で勝てることが多くなった。

やはり僕に足りなかったのは、「心」だったということがわかった。

心を強くするためにどうすればいいのか、僕なりに考えてみた。

- 一、とにかくけい古をがんばること。技術をみがいて、自分に自信をもてるようにする。
- 二、大きな声を出す。大きな声を出して気合を入れ、負けそうな不安な気持ちをふきとばす。
- 三、たとえ負けても気にしすぎない。なぜ負けたのか、どうすればよかったのかを考えて次に生かす。
- 四、自分はだめだ、どうせ負けるという気持ちは持たない。毎朝休まず練習しているのだから、負けるはずがない。練習の成果を発揮するんだと自分に言い聞かせる。
- 五、先生や家族に感謝する。僕がここまで成長できたのも、毎日教えてくれている先生たちや、送り出してくれる家族のおかげだ。自分のためだけでなく、支えてくれているみんなのためにも

がんばるんだという気持ちを持つ。

この五つが、僕が考える心を強くする方法だ。

また、先生から、剣道で大切なことは、大きな声であいさつができること、思いやりの心を持つことだということも教えてもらった。はきものをそろえること、掃除をすみずみまですることも毎日気をつけている。剣道を通じて学んだことは数えきれないほどだ。

気をつけなければならないことがたくさんありすぎて、すぐに全部はできないかもしれないけれど、これからのけい古でがんばって実行していきたい。

あんなにつらかった剣道も、今はやめたいとは思わない。中学生になっても続けたい。

宮窪剣道会のモットーである「文武両道」「継続は力なり」という言葉を胸に、心も技も体も強い人間になれるよう、日々がんばろうと思う。